

INFO-BLAD våren 2026

Reumatikerföreningen Botkyrka Huddinge Salem

Mail föreningen: botk-hudd-salem@reumatiker.se

Mail ordf.: karen.yevenes67@gmail.com

Hemsida: bhs.reumatiker.se

Telefon: ordf. 073 152 98 58, vice ordf. 073 209 55 96
Plusgiro: 84 08 59-3

Ordförande har ordet

Hej alla medlemmar!

Snart är det jul igen och jag vill säga till er ett stort tack igen för det förtroende ni visat mig. Jag fortsätter som ordförande om ni så önskar även nästa år.

Snön har inte visad sig riktigt än fast det är december månad men vi kan passa på och ta sköna promenader under dagtid så länge det går, för att en sak är säker är att snö kommer det att bli förr eller senare.

Vi har haft höstens planeringsdag och vi har planerat kommande årsmöte, cirklar och aktiviteter. Ni kommer så småningom att få information om dessa antingen via mejl eller via post för de som inte har mejl.

Vi satsar hela tiden på att bli ännu fler medlemmar eftersom tillsammans är vi starkare. Tillsammans med distriktet har vi lyft upp frågan angående simbassäng som så många medlemmar behöver för sin rehabilitering. En ny bassäng kommer att byggas i Huddinge och vi hoppas att det täcker till alla invånarnas behov. Datumet för att det ska bli klart byggt är 2030. Vi håller tummarna.

Idag består styrelsen av 7 personer. Karen N.Yevenes ordföranden, Anne Karlsson vice ordföranden, Tanya Gustafsson sekreterare, ledamöter Anna-Stina Rabe, Britt Lindqvist, Gina Perols och suppleant Agneta Åström.

Vi vill tacka av vår revisor Ewa Wikenholm som valt att avgå och för att ha ställt upp alla dessa år.

Vi vill fortsätta göra så gott vi kan för vår förening och våra trevliga sammankomster.

Med vänliga hälsningar
Karen Yevenes

God fortsättning på det nya året!

önskar

Styrelsen

Vårens aktiviteter 2026

Kaffestunden

1 februari, kl. 13.00 i Rådssalen.

Vi bjuder på kaffe och hembakat.

Hjärtligt välkomna!

Anmälan senast den 26 januari.

Samverkan med ABF.



Årsmöte

18 februari kl. 18.00 i Rådsalen.

Vi serverar smörgåsar med olika pålägg, kaffe och kaka.

Hjärtligt välkomna!

Anmälan senast den 9 februari.

Samverkan med ABF.



Loppis

8 mars kl. 12.30 – 16.30 i Rådssalen.

Ni kan boka ett bord och sälja gammalt och nytt.

Bordet kostar 50 kr. att hyra.

Vi serverar saft, kaffe, te och kakor för en liten peng.

Anmälan senast den 4 mars.

Samverkan med ABF.



Vårlunch

19 april kl. 13.00 – 16.30 i Rådssalen.

Vi dukar upp våra hembakade pajer och sallader, samt lite annat. Vi äter, umgås och har det trevligt tillsammans.

Medlemmar betalar 170 kr och icke medlemmar betalar 240 kr.

Anmälan senast den 9 april. Anmälan är bindande.

Samverkan med ABF.



Bussresa till Blacksta Vingård

Onsdagen den 27 maj 2026

Blacksta Vingård – denna lilla pärla till vingård finner vi i hjärtat av Sörmland, med utsikt över sjön Långhalsen. Här tillverkas det små produktioner av vin och det finns även ett ölbryggeri, destilleri, hotell, restaurang och gårdsbutik med bageri. Här är en plats där smaken av svensk natur förenas med härlig avkoppling. Blacksta vingård är en av de nordligaste vingårdarna i världen. De ljusa och långa sommarnätterna ger det specifika skandinaviska vinet sin karaktär.

Kl. 09.00 avresa från Fullersta torget, parkeringen.

Vid ankomst till Blacksta vingård får vi höra mer om verksamheten och tillverkningen samt att vi får en provsmakning i vinbaren.

Här äter vi vår lunch och efter det har vi tid att besöka gårdsbutiken. I vingårdens gårdsbutik hittar vi viltkött, fisk, hantverkskorv, glass, honung, must och grönsaker.

Kl. 14.00 hemresa för att vara åter i Stockholm ca kl. 16.00.

Pris per person: 650 kr. för samtliga medlemmar och 1 095 kr. för icke medlemmar.

I priset ingår:

bussresa, besök vingården och provsmakning, lunch inkl. dessert och kaffe på maten.

Anmälan senast den 24 april. Anmälan är bindande.

Samverkan med ABF.



Våra cirklar i Rådssalen

Lär dig leva ett sundare liv – med hjälp av Medicinsk Yoga

Vi träffas i Rådssalen på tisdagar kl. 12.30 - 13.30 med början den 4 februari.
Medlem i Reumatikerförbundet eller Rådssalens föreningar betalar 450 kr/10ggr
(icke medlemmar betalar 850 kr).

Ring Karen Navarro-Yevenes tel. 073-152 98 58 eller Agneta Åström tel. 072-588 57 64.

Samverkan med ABF.

Bok- och diskussionscirkel – med paraffindoppning.

Vi träffas på torsdagar i lokalen, lyssnar på en bok, diskuterar samt doppar och tränar våra händer med handgymnastik.

Den första gruppen träffas på torsdagar kl. 13.30 med början den 5 februari.

Ring Anita Sannemark, tel. 070-239 00 08 eller Mona Johansson,
tel. 070-749 40 01 om du vill delta.

Den andra gruppen träffas på torsdagar kl. 15.45 med början den 5 februari.

Ring Anne Karlsson tel. 073-209 55 96 eller Agneta Åström tel. 072-588 57 64
om du vill delta.

Båda grupperna träffas 12 gånger under hösten.
Samverkan med ABF.

Skaparglädje

Här har du möjlighet att träffa andra som tycker om att skapa.

Du kan pröva på olika hantverk, t.ex. olika former av textilarbete, stickning, virkning och broderi.

Vi träffas på onsdagar kl. 10.30 - 14.00, 12 ggr under terminen, med början den 4 februari.

Ring Angelica Flores tel. 076-945 32 83 eller Leticia Castillo tel. 076-232 90 60.
Samverkan med ABF.

Läran om god hälsa – med hjälp av Qigong

Vi träffas i Rådssalen på måndagar kl. 18.00 - 20.00 med början den 2 februari.

Medlem i Reumatikerförbundet eller Rådssalens föreningar betalar 400 kr/10ggr
(icke medlemmar betalar 800 kr).

Ring Anne Karlsson tel. 073-209 55 96 eller Tatiana Gustafsson tel. 073-045 64 31.
Samverkan med ABF.

Anmälningstalonger skickas till:

Reumatikerföreningen Botkyrka Huddinge Salem
Rådstuguvägen 19
141 35 HUDDINGE

eller lämnas i postlådan utanför lokalen.

Anmälan kan också mailas till:

botk-hudd-salem@reumatiker.se eller karen.yevenes67@gmail.com

1/2, kl. 13.00 Kaffestunden. Anmälan senast 26 januari.

Namn:

Telefon:

✂-----

18/2, kl. 18.00 Årsmöte. Anmälan senast 9 februari.

Namn:

Telefon:

✂-----

8/3, kl. 12.30-16.30 Loppis. Anmälan senast 4 mars.

Namn:

Telefon:

✂-----

**19/4 Vårlunch kl. 13.00 – 16.30. Anmälan senast 9 april.
OBS! Denna anmälan är bindande!**

Namn:

Telefon:

✂-----

**27/05, kl. 09.00. Bussresa. Anmälan senast 24 april.
OBS! Denna anmälan är bindande!**

Namn:

Telefon:

✂

Hjärtligt välkomna!!

Vi låser upp entrédörren, för insläpp, tidigast 15 minuter innan aktiviteter!